



地址：九龍大坑東邨東怡樓地下 電話：2778 3618 Whatsapp:6996 4825 傳真：2776 2548 印刷數量：380份 督印人：中心主任楊雅燕女士

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
	1 6月活動抽籤日	2 義工電話通知抽中活動 十七	3 玩轉星期三 十八	4 養生太極班(5) 10:30 藝術創作班(5) 11:45 排排舞班(5) 十九	5 頭肩頸自我按摩講座 10:15 護老者易達平台簡介會(一) 11:15 護老者易達平台簡介會(二) 芒種	6 樂無窮-魔力橋牌 廿一
	9:00 至醒辦公室(4) 10:00 認識抑鬱症 11:15 非洲鼓班(4)	9:00 英文唱遊班(5) 10:15 普通話唱遊班(5) 11:30 國畫班(5)	9:00 玩轉星期三	9:15 養生太極班(5) 10:30 藝術創作班(5) 11:45 排排舞班(5)	9:00 頭肩頸自我按摩講座 10:15 護老者易達平台簡介會(一) 11:15 護老者易達平台簡介會(二)	9:15 樂無窮-魔力橋牌
	1:00 傳統中文書法班(4) 2:30 長者粵曲班(4)	1:15 正能量音樂班(5) 3:15 老有所為活動計劃- 銀齡·青年關懷探訪賀端午(一)(外)	1:00 理大園藝治療計劃(4) 2:00 SMART虛擬運動計劃(2) 2:00 老有所為活動計劃- 銀齡·青年關懷探訪賀端午(二)(外)	1:00 長者小結他班(5) 2:15 傷健共融賀端陽	1:00 懷舊金曲小時光(1) 2:30 網絡安全智穩陣(課前準備會)	
7 廿二	8 男士小組活動父親節感謝週(首日) 廿三	9 廿四	10 廿五	11 廿六	12 男士小組活動父親節感謝週(完結日) 廿七	13 廿八
	9:00 至醒辦公室(5) 10:00 雀巢三花奶粉售賣 11:15 非洲鼓班(5)	9:00 英文唱遊班(6) 10:15 普通話唱遊班(6) 11:30 國畫班(6)	9:00 玩轉星期三 10:00 健腦大使聚會 11:30 健康飲食推廣大使計劃(1)	9:15 養生太極班(6) 10:00 男士小組桌球同樂日(外)(又) 10:30 藝術創作班(6) 11:45 排排舞班(6)	9:00 智能手機學堂初班(1) 10:30 便以利家事議會	9:15 樂無窮-魔力橋牌
	1:00 傳統中文書法班(5) 2:30 長者粵曲班(5)	1:15 正能量音樂班(6) 3:00 下午美味開心聚(6月)	1:00 理大園藝治療計劃(5) 2:00 SMART虛擬運動計劃(3) 3:00 居家安老斷捨離	1:00 長者小結他班(完) 2:30 愛心劇院(6月)	1:00 懷舊金曲小時光(2) 2:30 護老天使小組(6月)	
14 廿九	15 五月	16 興趣班舊生繳費日 初二	17 興趣班舊生繳費日 初三	18 興趣班新生繳費日+此日起派發7月份月訊 初四	19 初五	20 初六
	9:00 至醒辦公室(6) 10:00 護老者講座:扶抱及位置轉移 11:15 非洲鼓班(6)	9:00 英文唱遊班(完) 10:15 普通話唱遊班(完) 11:30 國畫班(完)	9:00 玩轉星期三 10:00 認知障礙症資訊講座-什麼是認知障礙症? 11:30 健康飲食推廣大使計劃(2)	9:15 養生太極班(完) 10:30 藝術創作班(完) 11:45 排排舞班(完)	<h1>端午節</h1>	
	1:00 傳統中文書法班(6) 2:30 長者粵曲班(6)	1:15 正能量音樂班(完) 3:00 下午美味開心聚(6月)	1:00 理大園藝治療計劃(6) 2:00 SMART虛擬運動計劃(4) 4:00 摺月會紙	1:00 健腦大使與你賀端陽 2:30 日式和諧粉彩義工與藝術導師畫聚(6月)		
21 夏至	22 興趣班舊生繳費日 初八	23 興趣班新生報名日 初九	24 興趣班新生繳費日 初十	25 興趣班新生繳費日 十一	26 興趣班新生繳費日+7月份抽籤活動截止登記日 十二	27 十三
	9:00 至醒辦公室(7) 10:15 長者八段錦(1)	9:00 非遺手工diy工作坊(6月) 10:15 長者八段錦(2)	9:00 玩轉星期三 10:15 長者八段錦(3) 11:30 健康飲食推廣大使計劃(3)	9:00 腳骨力AI檢測日(第一場) 10:00 腳骨力AI檢測日(第二場) 11:00 腳骨力AI檢測日(第三場)	9:00 智能手機學堂初班(2) 10:15 7月份月會紙知多D 10:30 手機諮詢站(6月)	9:15 樂無窮-魔力橋牌
	1:00 傳統中文書法班(完) 2:30 長者粵曲班(7)	1:30 日式和諧粉彩體驗工作坊(6月)	1:00 理大園藝治療計劃(7)	1:00 「長者護腦社區計劃」研究認知健康評估(第一場) 2:00 「長者護腦社區計劃」研究認知健康評估(第二場) 3:00 「長者護腦社區計劃」研究認知健康評估(第三場)	1:00 懷舊金曲小時光(3) 1:00 義·友·聚探訪(6月) 2:30 健康服務義工聚會(6月)	
28 十四	29 7月活動抽籤日 十五	30 義工電話通知抽中活動 十六	 <p>2026-2027年度預約續會及入會時段： 星期一至五：上午9:00-11:00 下午2:00-4:00 *有需要星期六辦理，請先聯絡職員另行預約。 *帶備文件：會員證、身份證及所需費用。 長者會員收費：\$21、耆青之友：\$21 *會員證有效期至2027年3月31日。</p>			
	9:00 至醒辦公室(8) 10:15 長者八段錦(完) 11:30 便以利飛鏢義工隊成員招募及選拔賽	10:00 自主人生·平安「三寶」講座				
	2:00 記憶茶座	1:30 「便以利」與你慶回歸問答比賽(第1場) 3:00 「便以利」與你慶回歸問答比賽(第2場)				